

पत्रोपाधि पाठ्यक्रम (वार्षिक) परीक्षा 2019-2020

कूट क्र. प्र - 1111

विषय - योग विज्ञान

प्रश्नपत्र - प्राकृतिक चिकित्सा का सामान्य परिचय

अधिकतम समय-3 घण्टे

अधिकतम अंक-70

उत्तीर्णांक-28

- आवश्यक निर्देश:-**
1. प्रश्न पत्र तीन खण्डों में विभक्त है।
 2. प्रत्येक खण्ड का प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है।
 3. प्रत्येक खण्ड के सामने प्रश्नों के अंक दर्शाये गए हैं।
 4. खण्ड "ब" एवं "स" में प्रश्नों के आंतरिक विकल्प दिए गए हैं।

खण्ड-अ

(वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

कुल अंक 10x1=10

प्रश्न-1 दिये गये विकल्पों में से सही विकल्प का चयन कर लिखें -

- प्राकृतिक चिकित्सा के अनुसार रोगों की जड़ का कारण है -

(अ) विजातीय विष	(ब) वातावरण
(स) विचार	(द) चिकित्सा का अभाव
- महाभूतों की संख्या है -

(अ) 5	(ब) 6
(स) 10	(द) इनमें से कोई नहीं
- उपवास का सीधा संबंध किस तत्व के साथ है -

(अ) पृथ्वी तत्व	(ब) जल तत्व
(स) आकाश तत्व	(द) वायु तत्व
- भोजन करते समय जल कब पीना चाहिए-

(अ) भोजन से पहले	(ब) भोजन के तुरंत बाद
(स) भोजन के मध्य	(द) कभी भी
- एनिमा उपयोगी है -

(अ) जोड़ों के दर्द में	(ब) कब्ज में
(स) तनाव में	(द) इनमें से कोई नहीं
- मालिस की प्रविधि है-

(अ) दबाना	(ब) कूटना
(स) कम्पन	(द) उपर्युक्त सभी

- vii. स्टीम बाथ उपयोगी है -
(अ) मोटापा में (ब) उच्च रक्त चाप में
(स) अम्ल पित्त में (द) उपर्युक्त सभी
- viii. रंग चिकित्सा अंग है -
(अ) योग चिकित्सा का (ब) मर्म चिकित्सा का
(स) सूर्य चिकित्सा का (द) इनमें से कोई नहीं
- ix. उच्च रक्तचाप के रोगी को नहीं दिया जाता है -
(अ) पाद स्नान (ब) एनिमा
(स) भाप स्नान (द) उपर्युक्त सभी
- x. ठण्डा कटिस्नान में पानी का तापमान होना चाहिए -
(अ) 55-65⁰F (ब) 98-108⁰F
(स) 108-114⁰F (द) इनमें से कोई नहीं

खण्ड-ब

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

कुल अंक 5x3=15

निम्नलिखित लघु उत्तरीय प्रश्नों के उत्तर लगभग 50 शब्दों में दीजिए -

प्रश्न-2 प्रायोगिक प्राकृतिक चिकित्सा के सामान्य नियमों का वर्णन कीजिए।

अथवा

प्राकृतिक चिकित्सा का संक्षिप्त में इतिहास बताइये।

प्रश्न-3 कटिस्नान का वर्णन कीजिए।

अथवा

रीढ़ स्नान का वर्णन कीजिए।

प्रश्न-4 मिट्टी के प्रकारों तथा गुणों का वर्णन कीजिए।

अथवा

एनिमा का परिचय दीजिए।

प्रश्न-5 उच्च रक्तचाप क्या है इसके प्रकार, लक्षण तथा इसका जल चिकित्सा द्वारा संक्षिप्त में उपचार बताइए।

अथवा

मानसिक रोगों में जल चिकित्सा का उपयोग बताइए।

प्रश्न-6 लघु तथा पूर्ण उपवास में अन्तर बताइए।

अथवा

सूर्य चिकित्सा के विभिन्न रंगों का प्रयोग बताइए।

खण्ड-स

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

कुल अंक 5x9=45

निम्नलिखित दीर्घ उत्तरीय प्रश्नों के उत्तर लगभग 400 शब्दों में दीजिए -

प्रश्न-7 प्राकृतिक चिकित्सा को विस्तार से समझाइए।

अथवा

प्राकृतिक चिकित्सा के अनुसार स्वास्थ्य एवं व्याधि की अवधारणा विस्तार से समझाइए।

प्रश्न-8 प्राकृतिक चिकित्सा के मूलभूत सिद्धांतों को विस्तार से बताइए।

अथवा

प्राणिक हीलिंग एवं उसके सिद्धांत विस्तार से समझाइए।

प्रश्न-9 आकाश चिकित्सा क्या है। उपवास का परिचय तथा नियम विस्तार से समझाइए।

अथवा

उपवास के प्रकारों तथा उनके शारीरिक लाभों को समझाइय।

प्रश्न-10 सूर्य चिकित्सा क्या है। सूर्य स्नान के शरीर पर लाभों का वर्णन कीजिए।

अथवा

वायु चिकित्सा क्या है। वायु स्नान के शरीर पर लाभों का वर्णन कीजिए।

प्रश्न-11 मिट्टी चिकित्सा की विधियों तथा रोगों में इसके प्रयोग का वर्णन कीजिए।

अथवा

जल चिकित्सा क्या है? जल का महत्व, जल के गुण एवं विभिन्न तापक्रमों के जल का शरीर पर प्रभावों को समझाइए।

--00--